

كيف تفرك يديك ؟

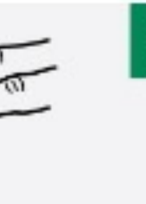
HOW TO HANDRUB ?

إفرك يديك لتنظيفهما ! اغسلهما عند اتساخهما بشكل ظاهر للعيان .

RUB HANDS FOR HAND HYGIENE ! WASH HANDS WHEN VISIBLY SOILED

Duration of the entire procedure : 20 - 30 seconds

مدة الإجراء من : ٢٠ إلى ٣٠ ثانية .

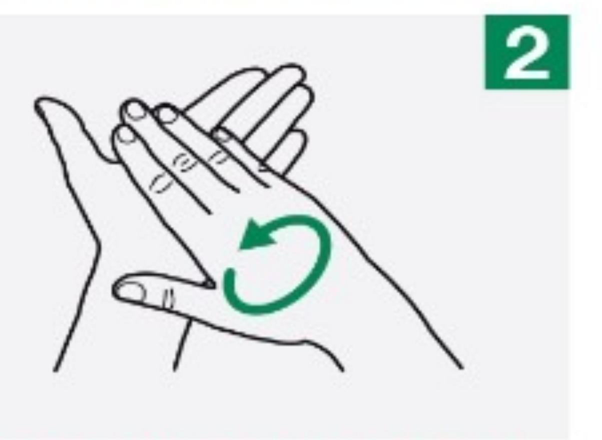






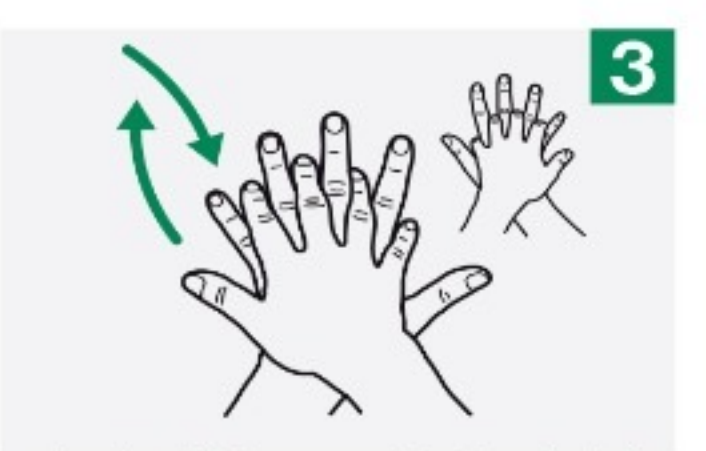
إملأ راحة يدك بالمستحضر ووزعه على كلتا اليدين

Apply a palmful of the product in a cupped hand, covering all surfaces



إفرك اليدين بدعك الراحتين

Rub hands Palm to palm



إفرك ظهر اليد اليسرى براحة اليد اليمنى مع تشبيك الأصابع ثم افعل الشيء نفسه باليد اليمنى .

Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa





خلل الأصابع وشبكها مع فرك الراحتين

Palm to palm with fingers interlaced

5

إفرك ظهر اليد اليمنى مع راحة اليد اليسرى وظهر أصابع اليد اليسرى مع راحة اليد اليمنى مع قبض الأصابع .

Backs of fingers to opposing palms with fingers and vice versa



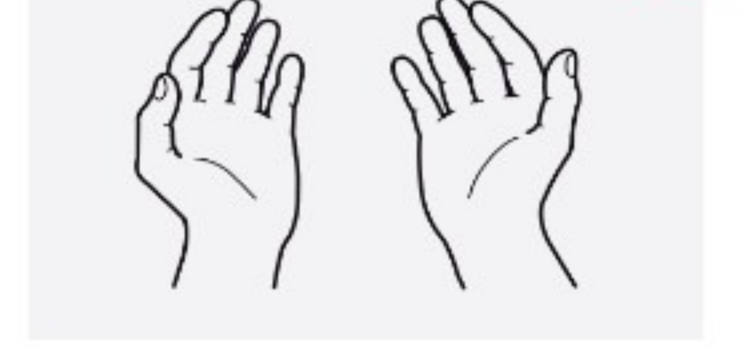
إفرك إبهام اليد اليسرى بشكل دائري براحة اليد اليمنى ، وكرر نفس العملية لإبهام اليد اليمنى .

Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa



إفرك أصابع اليد اليمنى بحركة دائرية إلى الخلف وإلى الأمام بحيث تشتبك الأصابع براحة اليد اليسرى والعكس بالعكس

Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa



عندما تجف يديك ، تصبح آمنة لتقديم الرعاية

Once dry, your hands are safe

REFERENCE : World Health Organization